Uprasza się P. T. Lekarzy o umieszczanie „PRZEWODNIKA KĄPIELOWEGO“ w poczekalniach dla chorych.

Nr. 5. Kraków, dnia 15. czerwca 1908 r. Rok V.

PRZEWODNIK KĄPIELOWY

Adres redakcyi i administracyi: Kraków, ulica Szewska 27.

Popierajmy polskie zdrojowisk[illegible] i u[illegible]drowiska!

I. Solanki

a) pojedyncze:
Birsztany, Druskieniki, **Rymanów** (zdr. Klaudyi).

b) jodowo-bromowe:
Ciechocinek, **Iwonicz**, Rabka, **Rymanów** (zdrój Celestyny i Tytusa).

c) litowe:
Iwonicz, Rymanów.

d) zołzy (zgęszczone):
Ciechocinek, Rabka, **Truskawiec.**

II. Wody gorzkie:

Morszyn.

III. Wody siarczane:

Busko, Krzeszowice, **Lubień, Niemirów**, Solec, **Swoszowice, Truskawiec.**

IV. Szczawy

a) alkaliczne:
Głębokie.

b) alkalicz[illegible]łone
Krości[illegible] n. D[illegible]em, Szczawnica, Wysowa.

c) wapnio[illegible]:
Drużbaki, **Nałęczów.**

d) żelaziste:
Krynica, Nałęczów, Sławinek, Szczawnica, Wysowa, **Żegiestów.**

V. Cieplice:

Jaszczurówka koło Zakopanego.

VI. Kąpiele morskie:

Połąga.

VII. Uzdrowiska i stacye klimatyczne:

a) górskie i podgórskie:
Bystra, Delatyn, Dora, Jaremcze, Jaworze, Kosów, Ojców, Ustroń, Wisła, Worochta, **Zakopane**, Zawoja.

b) nizinne:
Czarniecka Góra, Grodzisk, Otwock, Sassów, Sławuta.

Uwaga. Tłustym drukiem oznaczono miejscowości, co do których bliższe szczegóły znajdują się w ogłoszeniach.

Rok V. Kraków, dnia 15. czerwca 1908 r. Nr. 5.

PRZEWODNIK KĄPIELOWY

Organ polskiego Towarzystwa balneologicznego.

Dwutygodnik ilustrowany. — Wychodzi od 15. kwietnia do 1. października.

Redaguje Komitet. Redaktor: Dr. KAZIMIERZ FLIS.

Redakcya i administracya:
Kraków, ulica Szewska L. 27. — Telefon Nr. 405.
Rękopisów nie zwraca się.

OGŁOSZENIA:
za 1 wiersz petitem lub jego miejsce 30 hal.
Adresy lekarskie 1 K 50 h jednorazowo.

„Przewodnik kąpielowy“ rozsyła się bezpłatnie P. T. Lekarzom w Galicyi, W. Ks. Poznańskiem i Królestwie Polskiem, czytelniom publicznym, kawiarniom, cukierniom, restauracyom, hotelom i umieszcza w pociągach osobowych i pospiesznych na głównych liniach kolejowych. W prenumeracie kosztuje „Przewodnik kąpielowy“ 6 kor. za rocznik.

Przegląd najważniejszych chorób przewlekłych, nadających się do leczenia w polskich zdrojowiskach i uzdrowiskach.

Choroby	Nadają się do leczenia w zdrojowiskach i uzdrowiskach
Choroby serca i narządu krążenia	Ciechocinek, Iwonicz, Jaworze, Krynica, Morszyn, Ojców, Rymanów, Szczawnica, Truskawiec.
Choroby nosa, gardła, krtani, płuc i opłucnej	Birsztany, Bystra, Iwonicz, Jaśkowice, Jaworze, Kamionka, Kosów, Nałęczów, Nowe Miasto, Ojców, Otwock, Rabka, Sławuta, Szczawnica, Truskawiec, Wysowa, Zakopane.
Choroby żołądka	Druskieniki, Krynica, Rymanów, Szczawnica, Żegiestów.
Choroby jelit	Birsztany, Druskieniki, Kamionka, Kosów, Krynica, Morszyn, Nałęczów, Truskawiec, Rymanów, Żegiestów, Szczawnica.
Choroby wątroby i dróg żółciowych	Ciechocinek, Iwonicz, Morszyn, Szczawnica, Truskawiec.
Choroby śledziony	Iwonicz, Krynica, Szczawnica, Zakopane, Żegiestów.
Choroby nerek i pęcherza	Ciechocinek, Druskieniki, Krynica, Nałęczów, Rymanów, Szczawnica, Truskawiec.
Choroby kobiece	Birsztany, Busko, Ciechocinek, Czarniecka Góra, Druskieniki, Iwonicz, Jaworze, Krynica, Lubień, Maryówka, Morszyn, Nałęczów, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec, Żegiestów.

Choroby	Nadają się do leczenia w zdrojowiskach i uzdrowiskach
Nerwice ogólne i przewlekłe choroby nerwowe z tłem anatomicznem	Bystra, Ciechocinek, Czarniecka Góra, Grodzisk, Jaśkowice, Jaworze, Kiselka, Kosów, Krynica, Lubień, Maryówka, Morszyn, Nałęczów, Nowe Miasto, Ojców, Otwock, Sławuta, Solec, Szczawnica, Truskawiec, Zakopane, Żegiestów.
Choroby kości, mięśni i stawów na tle reumatycznem i gruźliczem	Birsztany, Busko, Ciechocinek, Druskieniki, Iwonicz, Krynica, Krzeszowice, Lubień, Morszyn, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.
Choroby przemiany materyi, jak otyłość, moczówka cukrowa, dna i t. d.	Birsztany, Busko, Czarniecka Góra, Krynica, Morszyn, Nałęczów, Ojców, Otwock, Rymanów, Solec, Szczawnica, Truskawiec, Żegiestów.
Choroby krwi	Bystra, Jaworze, Krynica, Morszyn, Nałęczów, Ojców, Sławuta, Szczawnica, Truskawiec, Wysowa, Zakopane, Żegiestów.
Zołzy — przymiot	Birsztany, Busko, Ciechocinek, Druskieniki, Iwonicz, Lubień, Morszyn, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.
Choroby skóry	Ciechocinek, Birsztany, Iwonicz, Lubień, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.
Zatrucia morfinowe, wyskokowe, nikotynowe i rtęciowe	Grodzisk, Kiselka, Maryówka, Nowe Miasto, Solec, Swoszowice, Zakopane.

Zdrojowiska i uzdrowiska:

Rabka, Zakopane, Szczawnica, Żegiestów, Krynica.

Spostrzeżenia i uwagi z wycieczki balneologicznej X zjazdu lekarzy i przyrodników polskich we Lwowie

spisał dr. Józef Jaworski,
przew. Wydziału balneologiczno-klimatologicznego Warsz. Tow. hig.

(Ciąg dalszy).

Następną miejscowością, do której przybyła wycieczka, było

Zakopane.

Zakopane, jak wiadomo, leży w szerokiej dolinie, na przestrzeni około 40 km.□, zasłoniętej od północy wzgórzem Gubałowskiem około 1.125 m. nad poziom morza wzniesionem; od wschodu ciągną się mniejsze wyniosłości. Najmniejsze punkty miasteczka wyniesione są na 837 m. nad poziom morza, najwyższe na 1.002 m. Zakopane, jako uzdrowisko, jako stacya klimatyczna dzięki swemu położeniu geograficznemu, wzniesieniu nad poziom morza, zasłonięciu korzystnemu od wiatrów, składowi gruntu i pokrywającej ten grunt roślinności posiada wszelkie cechy klimatu górskiego, podobnego w ogólnych zarysach do alpejskiego na odpowiednich wzniesieniach, różni się zaś od niego, że klimat tutaj więcej się zbliża do klimatu kontynentalnego.

Przechodząc do warunków zdrowotnych Zakopanego, to te w miarę zwiększającej się frekwencyi, przewyższającej obecnie przeszło 10.000 osób rocznie, na ogół są upośledzone, chociaż w latach ostatnich względnie dużo zrobiono dla uzdrowotnienia Zakopanego. Na pierwszem pod tym względem miejscu postawić wypada epokowe dzieło dla Zakopanego, jakiem są wodociągi przeprowadzone i pobudowane wraz z filtrami według ostatnich zasad nauki i techniki.

Do urządzeń, mających na celu zdrowotność, zapobieganie chorobom, należy: zakład dezynfekcyjny dobrze zaopatrzony, następnie szpitalik (od 8-miu lat na 12 łóżek) z salką operacyjną, oraz oddziałem izolacyjnym dla chorób ostrych zakaźnych, w którym z obowiązku umieszczani bywają chorzy, gdy warunki mieszkaniowe nie pozwalają na dokładne przeprowadzenie izolacyi chorego.

Godnem jest zaznaczenia, że w Zakopanem istnieje organizacya zawiadamiania lekarza stacyi klimatycznej o każdym stwierdzonym przypadku choroby zakaźnej, nie wyłączając gruźlicy, oraz o przeprowadzaniu odkażania mieszkań po chorych.

Do przewożenia chorych na choroby ostre zakaźne przy szpitalu znajduje się osobny wóz i specyalne nosze kryte, dające się dokładnie odkazić.

Badania produktów spożywczych na targu, oraz rewizyi w restauracyach, cukierniach, sklepach, piekarniach etc. dokonywa co pewien czas lekarz stacyi klimatycznej.

Na drodze postępu pod względem zdrowotnym przodować przedewszystkiem powinny zakłady lecznicze, a także t. zw. pensyonaty. Otóż przyznać trzeba, że i pod tym względem Zakopane kroczy naprzód i stopniowo się rozwija.

Te zakłady, które miałem możność osobiście zwiedzić, zadość czynią wymogom, stawianym przez medycynę i higienę. Do takich między innymi zaliczam jeden z najdawniejszych, ciągle wzrastający, nie tylko co do obszaru, lecz i co do ulepszeń, znany zakład leczniczy dra Chramca.

Drugim zakładem, lecz już w ścisłem słowa znaczeniu leczniczym, jest sanatoryum dla chorób piersiowych dra M. Hawranka, prowadzone obecnie przez dra Czaplickiego.

Trzecim zakładem leczniczym, który zwiedziłem, jest Dom Zdrowia Towarzystwa uczącej się

Dr. T. PIOTROWSKI.

Znaczenie poziomek w lecznictwie.

Korzystny a często zbawienny wpływ owoców na organizm człowieka znany był już w zamierzchłej przeszłości. Za praojców późniejszych jarców uważać możemy młodzieńców żydowskich, którzy pozostając w niewoli pogan, mimo żywienia się tylko owocami i jarzynami, posiadali nadzwyczajną piękność i zdrowie. Że owoców, a szczególnie gron winnej latorośli używano w starożytności w celach leczniczych, mamy o tem wzmiankę w dziełach Asklepiadesa i Pliniusza. I do naszych czasów zachowało się używanie owoców w celach leczniczych, tylko z postępem nauki zmieniły się wskazania. Najczęściej używanym owocem w celach leczniczych są grona winnej latorośli; głównymi czynnikami działającymi są: cukier gronowy, wolne kwasy i białko. Leczenie winogronowe nie może być jednak wszędzie przeprowadzone dlatego, że nie w każdym klimacie udaje się winna latorośl; leczenie zaś winogradem sprowadzanym jest dosyć kosztowne i utrudnione, gdyż nie wszędzie przez cały czas leczenia można dostać ten sam gatunek winogron. Użycie winnej latorośli w celach leczniczych można zastąpić zupełnie dobrze owocami, których podostatkiem mamy w kraju, a których części składowe soku są prawie równe z częściami składowemi winnej latorośli. Z owoców krajowych najbardziej zbliżone do soku winogron są wiśnie, poziomki, porzeczki i maliny. Z tych owoców krajowych zyskały u nas zastosowanie lecznicze poziomki. W księgach lekarskich XVII. wieku znajdujemy przepisy na podawanie poziomek w schorzeniach nerek i pęcherza, zwłaszcza przy skłonności do tworzenia się piasku. Podawano poziomki w postaci odpowiednio przygotowanych pigułek, lub jako wódkę poziomkową kilka razy dnia. Wódkę tę przygotowywano w ten sposób, iż garniec dojrzałych poziomek zalewano słoną wodą, po zakiśnięciu przepalano, a do otrzymanego płynu dodawano świeżych jagód i od razu ponownie przepalano.

Poziomka zwyczajna *(fragaria vesca)* rośnie dziko gromadnie po lasach i zrębach, na wzgórzach okrytych trawą, bywa także uprawiana i po ogrodach. Liście ma trójlistne, piłkowate, kwiat płaski, biały, w okolicach skalistych nieco żółtawy; owoc tworzy jagodę smaku słodko kwaskowatego o przyjemnej, aromatycznej woni. Pierwszy najobfitszy zbiór poziomek przypada na maj i czerwiec, a w okolicach górzystych na czerwiec i lipiec. Później giną niemal zupełnie, tylko w okolicach górzystych pojawia się drugi zbiór, mniej obfity niż pierwszy, w końcu sierpnia i pierwszej połowie września. Składnikami soku jagód poziomek są: cukier w równej ilości jak w soku winogron, wolne kwasy w ilości większej, bo na 1000 części w poziomkach jest 11·3, w winogradzie 10·3, białko i dosyć znaczna ilość soli sodowej. Z kwasów znajdują się w poziomkach: kwas jabłkowy, cytrynowy, nieco kwasu salicylowego, krzemowego i garbnikowego.

Działanie jagód poziomek zależeć będzie od dwu czynników: od działania chemicznego składowych części soku i mechanicznego z powodu dużej ilości na powierzchni jagód znajdujących się ziarnek. Sok, jako płyn, zawierając dużą ilość wody, działa na ustrój ochładzająco, uśmierza pragnienie, pobudza, dzięki obecności sodu, czynność wydzielniczą nerek i obniża kwasotę

młodzieży, skromnie urządzony, lecz dający również bardzo zachęcające wyniki lecznicze, o czem nam mówiono i co się okazuje ze sprawozdania.

Na zwiedzenie sanatoryum dla chorób piersiowych w Zakopanem dra K. Dłuskiego poświęciliśmy prawie dzień cały. Sanatoryum to, położone na stokach Gubałówki, na uboczu, o 3 klm. od samego Zakopanego, w miejscowości zacisznej, wolnej od kurzu i wrzawy, należy, jak wiemy, do najlepiej urządzonych w Europie, a pod względem prowadzenia lekarskiego służyć może za wzór tego rodzaju zakładom.

Od opisu szczegółowego wymienionych zakładów w tem miejscu się wstrzymuję, uczynili to już dawniej, w sposób dokładny, inni lekarze.

Podnosząc to, co na wyróżnienie zasługuje, wskazując ulepszenia, jakie pod względem zdrowotnym już w Zakopanem zaprowadzono, nie możemy powstrzymać się od wypowiedzenia tych żądań, których spełnienie zapewnić może i powinno Zakopanemu rzeczywisty dalszy rozwój i postęp.

Żądania te zawrzeć się dadzą w następujących punktach:

I. Sporządzić plan regulacyjny, który umożliwi stworzyć zupełnie nowe Zakopane, czy to na stokach Gubałówki, czy na Chramcówkach, Bystrem i t. p. a stara dzielnica, jak Krupówki i t. p. przestaną nosić miano uzdrowiska i czynić ujmę naszej perle Tatrzańskiej.

II. Zaprowadzić kanalizacyę oraz racyonalne usuwanie śmieci i odpadków kuchennych, w braku czego warunki zdrowotno-hygieniczne stopniowo, a stale pogarszać się muszą.

III. Osuszyć mokre części wsi, które czasami dają się bardzo niemile uczuwać przyjezdnym.

IV. Zaprowadzić oświetlenie elektryczne.

V. Urządzić park do spacerów, park do zabaw dziecięcych, do sportów zimowych.

VI. Wybudować rodzaj Domu Zdrojowego z zakładem picia wód mineralnych, kefiru i t. p.



KRYNICA.

Wykonanie tego wszystkiego zależnem jest. nasamprzód, od uzyskania osobnej ustawy u Sejmu, normującej dla Zakopanego, jako uzdrowiska, osobny zarząd.

Obecna Rada gminna, a zapewne i następne, nie zdobędą się na urządzenia na szerszą skalę, bo to pociąga za sobą wielkie wydatki, a choćby się one w przyszłości stokrotnie rentowały, to żaden gazda zako-

---

treści żołądkowej. Cukier i białko działają odżywczo, kwasy pobudzają łaknienie. Drobne ziarenka, usadowione na powierzchni jagód, przechodzą przez przewód pokarmowy niestrawione i drażniąc błonę śluzową jelit, pobudzają ruch robaczkowy, a przez to ułatwiają wydalanie treści jelitowej. Tak więc działanie ich chemiczne uzupełnia się mechanicznem.

Prócz jagód świeżych używane także bywają do celów leczniczych jagody suszone i liście. Owoc do suszenia zbiera się po zupełnem dojrzeniu, liście w kwietniu lub maju. Z liści i owoców suszonych podaje się napary, z liści, jako mających więcej garbnika, podaje się, zwłaszcza w medycynie ludowej, napary przy zaburzeniach żołądkowych, w biegunkach, wreszcie jako tak zwane ziółka wiosenne, krew czyszczące. Napar z jagód suszonych używany bywa w medycynie ludowej w zaburzeniach nerek, pęcherza i cierpieniach wątroby.

Do systematycznego leczenia nadają się tylko jagody świeże i te znalazły w medycynie lekarskiej zastosowanie; podaje się je albo same, albo z cukrem, mlekiem, chlebem lub winem. Rozpoczynając leczenie, podaje się na dobę $^1/_2$ klg., potem stopniowo zwiększa się ilość do 2 klg., niektórzy radzą dochodzić na dobę do kilkunastu kilogramów. Najkorzystniejsze działanie uzyskuje się, podając poziomki na czczo. Ponieważ są osoby, które na czczo poziomek nie znoszą, można polecić im spożywać poziomki z mlekiem na pierwsze śniadanie, a gdyby i to było niemożliwe, w godzinę po lekkiem śniadaniu. Z ilości, przeznaczonej na dobę, $^1/_3$ a czasem nawet $^1/_2$ spożywa się przed śniadaniem, lub, jeżeli to niemożliwe, w godzinę po śniadaniu, drugą trzecią część na godzinę przed obiadem, resztę na godzinę przed kolacyą. Najlepiej używać jagód dobrze dojrzałych, samych. Przy używaniu dużej ilości, należy, dla zmniejszenia posmaku kwaśnego, dodawać cukru, mleka, lub przegryzać chlebem. Kropić rumem poziomki, lub popijać winem należy wtenczas, jeżeli po użyciu większej ich ilości doznają chorzy niemiłych sensacyi w żołądku, lub mają skłonność do biegunek. Nie każdy jednak osobnik, mimo wskazania leczniczego, może używać poziomek. Bywają przypadki dziedzicznej idiosynkrazyi. U obciążonych wstrętem do poziomek pojawia się palenie w gardle i żołądku, pieczenie i świąd skóry, a nierzadko i wysypka pęcherzykowa, zwana pokrzywką *(urticaria)*, która po kilku godzinach sama ustępuje. Objawy te pojawiają się u niektórych osób po użyciu dopiero większej ilości poziomek, u niektórych zaś już po kilku jagodach. a nawet po użyciu soku. W czasie kuracyi poziomkowej, o ile z powodu stanu chorobowego nie ma innego wskazania, powinno odżywienie być forsowniejsze, dyeta pożywna, więcej mięsna. Ilości małe, $^1/_2$—1 klg. na dobę, podaje się tym chorym, u których chodzi o podniecenie czynności nerek i równoczesne podniesienie odżywienia. Możemy to jednak zastosować tylko w razie prawidłowej czynności przewodu pokarmowego. Ilości większe, do 2 i więcej klg. na dobę, podajemy tam, gdzie chodzi o działanie odciągające, n. p. przy przekrwieniach narządów jamy brzusznej, w cierpieniach krwawnicowych, w uporczywem zaparciu stolca, przy zastojach w krążeniu małem i t. p., przyczem dyeta powinna być chudsza: mniej mięsa, więcej mleka, jaj, legumin.

(Dokończenie nastąpi).

pański tego nie rozumie i na nie się nie zgodzi. Komisya klimatyczna jest w gospodarce ograniczoną, zarówno co do praw, (nie może na przykład zaciągać długów na melioracye), jak i co do środków pieniężnych.

Powtóre, wszystkie te ulepszenia wymagają wielkich nakładów pieniężnych, znacznie większych niż te, które za rządów dra Chramca, jako wójta, (1902—1907) zaciągnięto na urządzenie wodociągu, wybudowanie rzeźni, ułożenie nowych chodników i t. d.

Tak więc osobna ustawa z odpowiednim zarządem, duże nakłady pieniężne na wzmiankowane ulepszenia, są konieczne, nieodzowne do tego, aby Zakopane, jako uzdrowisko, jako stacya klimatyczna, nie straciło znaczenia swego dla całej Polski. (C. d. n.).

Sprostowanie. W poprzednim numerze niniejszej publikacyi na str. 2, szpalta pierwsza, wiersz 10 z dołu opuszczono kilka wyrazów tak, że zamiast: „Pieninami przybyła do Krynicy...“ ma być: „Pieninami przybyła do Szczawnicy a stamtąd przez Żegiestów do Krynicy“.

Dr. J. JAWORSKI.

Sprawa reklamowania zdrojowisk i uzdrowisk.*

Reklama umiejętna bywa ważnym, wprost potężnym środkiem w przemyśle i handlu. Wody mineralne i kąpiele, klimat, są drogocennymi środkami leczniczymi, a źródłem bogactwa krajowego. Cały świat to uznał i ocenił i stara się je otoczyć wszelkiemi siłami postępu i całą pieczołowitością.

Zdrojowiska i uzdrowiska zagraniczne mają swój byt i rozwój zapewniony, a sława ich utrwalona wiekami, pociąga chorych. Pomimo tego te właśnie zdrojowiska, uzdrowiska, stacye klimatyczne korzystały zawsze i korzystają nadal z wszelkiego rodzaju reklamy.

Prawie wszystkie one pociągają ku sobie wyrafinowanym komfortem, zbytkiem, wykwintem cywilizacyi.

Sam sposób zaś reklamowania doprowadziły zarządy tych miejscowości do niezwykłej pomysłowości w zamierzeniu, a do wielkiej doskonałości w wykonaniu.

Reklamy te, obok zwyczajnych, lecz bardzo dokładnych ogłoszeń w prasie ogólnej i lekarskiej, pojawiają się pod postacią broszur ilustrowanych, opisów książkowych i kartkowych, kosztownych albumów fotograficznych, kart pocztowych, kalendarzy różnego rodzaju, wreszcie afiszów, kolorystycznych najrozmaitszych plakatów z figurami, z widokami itp. W tym sposobie reklamowania zdrojowisk, stacyi klimatycznych, forma nieraz o lepsze ubiega się z treścią a błyskotliwość i jaskrawość barw z powagą i pożytkiem informacyi. Wogóle przyznać jednak trzeba, że pod tym względem pomysłowość reklamy najczęściej bywa bardzo udatna i wdzięczna. Niejeden afisz lub plakat kolorystyczny odznaczają się estetycznym pomysłem, a artystycznem wykończeniem.

Przedstawiony tutaj przezemnie bogaty zbiór najrozmaitszych reklam o zdrojowiskach, stacyach klimatycznych i uzdrowiskach, wymownie świadczy o poczuciu piękna autorów, a zarazem i o dobrze zrozumianym interesie zarządów i właścicieli tych miejscowości.

Polskie miejscowości klimatyczne i zdrojowiska w ostatnich latach również uczyniły pod tym względem krok naprzód. Afisze Zakopanego: Sanatoryum dra K. Dłuskiego, Żytnickiej wody stołowej, „Regina“; plakat Buska, nowo odbity Solca, plakat „Konstancin“ i t. d. szczęśliwie konkurują co do pomysłu i wykończenia z reklamą zagraniczną.

Jest więc i pod tym względem u nas, w Polsce, postęp, lecz względnie liczebnie szczupły.

Zarządy naszych miejscowości klimatycznych i zdrojowisk nie powinny i pod tym względem stanąć w połowie drogi, lecz na wzór zagranicy, uprawiać godziwą reklamę we wszelakiej formie, przyjętej przez świat cywilizowany.

Nie ulega bowiem wątpliwości, że przy istnieniu innych warunków korzystnych i odpowiednia reklama wywiera wpływ na uczęszczanie chorych do miejscowości leczniczych.

Obok reklamy kupieckiej, o której powyżej mówiłem, istnieje także i reklama, że tak się wyrażę, naukowo-lekarska. Do niej nasamprzód zaliczam prace z dziedziny balneologii i klimatologii. Prace takie, zaznajamiając ogół lekarski z istotą działania, z wynikami leczenia, czynników leczniczych danej miejscowości, stają się cennym materyałem do rozważań, a nieraz wskazówką.

Prace naukowe często decydują o losie danego zdrojowiska; historya rozwoju i wzrostu wielu dziś głośnych miejscowości leczniczych jest tego najlepszem świadectwem.

Każde sławniejsze zdrojowisko, każda stacya klimatyczna, czci swego twórcę, w osobie tego lub innego lekarza, który swemi pracami naukowemi rozsławił po świecie nazwę danej miejscowości.

Miejscowości lecznicze polskie, w wyższym, większym stopniu, w porównaniu z zagranicznemi reklamami takiej właśnie potrzebują.

Badania chemiczne, badania kliniczne nad zdrojami, nad ich działaniem leczniczem, odbywać się mogą tylko w dobrze urządzonych pracowniach na dużych oddziałach szpitalnych. Badania takie, opracowanie ich do druku, wymaga wielkiej straty czasu i pracy i pociąga koszta.

Było by rzeczą zupełnie usprawiedliwioną, aby zarządy zdrojowisk polskich opodatkowały siebie, oraz przedsiębiorców w danej miejscowości leczniczej zamieszkałych, na cele naukowe. Badacze powinni otrzymać nietylko materyał do badań i pieniądze na koszta badania, lecz wynagrodzenie za pracę, a nawet nagrody, premie pieniężne za nie.

Zyskałaby na tem nauka balneologii, zarobiłyby zarządy i właściciele miejscowości klimatycznych przez zwiększoną frekwencyę a co najważniejsza, odnieśliby korzyści chorzy przez rozszerzenie wskazań leczniczych do stosowania zdrojów.

Jeżeli reklama kupiecka w tej, lub innej formie, ma bezsprzeczny wpływ na frekwencyę chorych do danej miejscowości, jeżeli t. z. reklama naukowa, również oddziaływać może na nią korzystnie, to jednak najdonioślejszy i bezpośredni wpływ na wzrost danego zdrojowiska, czy stacyi klimatycznej, posiadają obok warunków przyrodzonych, środki komunikacyjne, urządzenia balneotechniczne zdrojowisk, warunki mieszkaniowe, żywnościowe, warunki życia towarzyskiego, wogóle cała suma najrozmaitszej natury czynników, które oddziaływają wogóle na ustrój człowieka a szczególnie na ustrój ludzki, przez cierpienie z równowagi wyprowadzony.

Aby te warunki w większości miejscowości leczniczych polskich powstać, lub rozwijać się mogły, potrzeba, nasamprzód, — znajomości rzeczy samej i znajomości prowadzenia interesu (dzisiaj prowadzą go różni przedsiębiorcy, według swego widzimisię), powtóre, potrzeba właściwej kontroli ścisłej nad miejscowościami leczniczemi takiej, jaka istnieje wogóle nad środkami i zakładami leczniczymi.

---

* Przemówienie w dniu 13. maja 1908 r. w wydziale klimatyczno-balneologicznym Warsz. Tow. Hyg.

Inwestycye w zdrojowiskach.

Druskieniki.

Dokonano w roku 1907:

1. P. Adolf Kiersnowski wybudował willę-pałacyk, którego urządzenie wewnętrzne dorównywa pod względem komfortu willom w pierwszorzędnych zdrojowiskach zagranicznych.
2. Zaprowadzono według wzorów z Elster ulepszone urządzenia maszynowe dla kąpieli błotnych.
3. Wyłożono kabiny dla wanien błotnych kaflami oraz zaprowadzono wanny wiedeńskie systemu „Triumph“.
4. Dr. O. Goldberg z Warszawy otworzył sanatoryum dla chorób kobiecych, zaopatrzone we wszelkie utensylia lekarskie oraz salę operacyjną.
5. Dr. W. Bujakowski otworzył w domu własnym na 16 osób sanatoryum, rozplanowane systemem korytarzowym dla chorych wewnętrznych, z wyjątkiem zakaźnych i umysłowych.
6. Otworzono: przez p. Milicera odpowiadający wszelkim wymaganiom internat, oraz przez panią L'acoustene dwa wzorowe internaty: „Sans Souci“ i „Mon Repos“. W tym ostatnim stosuje się kuchnia jarska oraz dyetetyczna według wskazówek lekarskich.
7. Zaprowadzono wentylacyę w zakładzie hydropatycznym i w III. oddziale wanien solankowych.

Wiadomości bieżące.

Frekwencya w naszych zdrojowiskach. W Krynicy bawiło do dnia 27 maja osób 584, w Rymanowie do dnia 31 maja osób 252.

Zjazd lekarzy w Ciechocinku odbył się w dniu 10 b. m. z okazyi wystawy zdrojowej. Sprawozdanie ze zjazdu wobec braku miejsca odkładamy do następnego numeru.

Zakład kąpielowy w Morszynie uchwaliła Rada zawiadowcza Tow. lek. galic. prowadzić w r. b. we własnym zarządzie. Kierownictwo zakładu powierzono Drowi Romanowi Hinzemu ze Lwowa. Ze względu na powszechną drożyznę podniesiono ceny w Morszynie o 10 procent.

W sprawie wód mineralnych krajowych miał wykład Dr. H. Kucharzewski z Warsz. Tow. hig. dnia 22. stycznia b. r. Stwierdziwszy, że naszemi wodami można zupełnie zastąpić niemieckie i że we Francyi i w Niemczech starają się używać głównie wód krajowych, dochodzi prelegent na zasadzie zebranej przez siebie statystyki do smutnego wniosku, że u nas o krajowe wody się nie dba. — Galicya, mając znakomite szczawy alkaliczne, sprowadza rocznie 1,350.000 butelek tych wód z zagranicy. Wwóz i zużycie wód polskich w Królestwie nie tylko nie wzrasta, ale szybko maleje, pomimo że wody te są w Warszawie tańsze od niemieckich. Od roku 1903 do 1907 spadł przywóz wody szczawnickiej do Królestwa z 14 na 10 tysięcy butelek (emskiej, choć słabsza i o 10 kop. droższa, rozchodzi się rocznie 25.000), krynickiej z 8.700 na 6.000, żegiestowskiej z 1.500 niżej 1.000, iwonickiej z 8.000 na 4.800, rymanowskiej z 1.500 niżej 400, morszyńskiej z 900 na 350 (gdy obcych wód gorzkich, od morszyńskiej nie lepszych, sprowadzano po 50.000 butelek rocznie). Wogóle z 40.000 butelek, zużytych w r. 1903, spadła konsumcya do r. z. na 25.000. Przyczyną tego smutnego stanu jest nieruchawość producentów, obojętność publiczności i lekarzy.

Przeciw zdrojowiskom niemieckim rozpoczął się żywy ruch w prasie codziennej warszawskiej, pomieszczającej w tej sprawie liczne artykuły. Wśród nich zasługuje na szczególną uwagę głos zasłużonego na polu balneologii polskiej Dra H. Dobrzyckiego w najpoczytniejszym z dzienników zakordonowych *Kuryerze warsz.* (Nr. 131). Dr. D. przypomina, że już w r. 1902 w *Medycynie* podał, jakiemi zdrojowiskami i lecznicami polskiemi lub innych krajów można zastąpić zdrojowiska i lecznice pruskie, i dołącza dokładną tabelę porównawczą na ten cel ułożoną. Godziłoby się, by wszystkie dzienniki zapoznały swych czytelników z tem zestawieniem zdrojowisk niemieckich z naszemi, z którego wynika, że bez pruskich najzupełniej obejść się można. O tem i lekarze polscy pamiętać powinni.

Wydział zdrojowisk Warsz. Tow. hig. powziął szczęśliwą myśl urządzenia na swych zebraniach szeregu odczytów z dziedziny balneologii, w celu zapoznania członków wydziału i interesujących się tą sprawą osób z metodami leczniczemi ostatniej epoki i przypomnienia istniejących w kraju zdrojowisk i uzdrowisk, i wskazania tych z istniejących zagranicą zakładów, których skuteczna działalność dla zdrowia chorych nie da się krajowemi zastąpić.

Cel ten w przemówieniu wstępnem wyjaśnił licznie zebranym słuchaczom Dr. Józef Jaworski, oddając następnie głos Drowi Puławskiemu z Nałęczowa, dla wypowiedzenia pierwszego z tej seryi odczytu o terapii powietrznej i słonecznej, kąpielach i werandowaniu.

Mowca w bardzo jasnem i doskonale zbudowanem przemówieniu przedstawiwszy całą historyę i literaturę przedmiotu, wyjaśnił następnie znaczenie kąpieli powietrznych i słonecznych, ich działanie hartujące i uspakajające na skórę, która nie jest prostą skorupą otaczającą organizm, ale jego żyjącą i wielce wrażliwą częścią składową.

Dr. Puławski, uznając, że sprawa ta naukowo zupełnie ściśle nie jest wyjaśniona, powiada, że pp. lekarze praktycy „z dumnie utworzonych pałaców wiedzy powinni dla dobra pacyentów swoich schodzić czasem do skromnej chatki empiryków i korzystać ze wskazówek, jakie przynosi doświadczenie“.

Stosowanie tego środka leczniczego coraz bardziej się rozpowszechnia w zdrojowiskach polskich. Kosów, Nałęczów, Czarniecka Góra, Ojców zaprowadziły tego rodzaju leczenie. Widzimy je też w sanatoryach dla dzieci niedokrwistych i wątłych, jak np. w sanatoryum Dra Frenkla i innych.

Ruch na powietrzu, to jedna strona; drugą stanowi spokój na powietrzu, a więc werandowanie, które prelegent zaleca nie tylko w chorobach płucnych, ale także i w wielu innych, jak np. neurastenii i t. p.

Odczyt przyjęto z uznaniem, na jakie istotnie zasługiwał.

Notatki bibliograficzne.

Głos warszawski ogłasza w nr. 69 i nast. ankietę w sprawie popierania polskich zdrojowisk.

Redakcya otrzymała:

Dr. E. Krzyżanowski. Sprawozdanie lekarskie o zakł. zdroj. w Truskawcu za r. 1907. (Odb. z „Przegl. hig.“ rocznik VII. 1908).

Dr. W. Gregory. Druskieniki, ich środki lecznicze i klimat. Warszawa 1884.

Dr. W. Bujakowski. Obecny stan oraz wartość lecznicza zdrojów druskienickich (odb. z „Medycyny“) Warszawa 1884.

Dr. P. Sawicki. Druskieniki jako miejscowość lecznicza. Warszawa 1906.

S. Grzegorzewski. Przewodnik po Druskienikach i okolicy z 30-ma rysunkami, mapą i planem. Warszawa 1908.

Swoszowice. Druk reklamowy 1908.

Spis lekarzy Polaków ordynujących w zdrojowiskach krajowych i obcych.

Abbazia: Dr. X. Gorski (zimą).

Baden pod Wiedniem: Dr. Kümmerling.

Biarritz: Dr. Bohdanowicz (latem).

Birsztany: Dr. Grodecki.

Busko: Dr. Drewnowski, Majkowski, Rubinstajn, Sawicki, Sulimirski, Talko.

Bystra: (Sląsk austr.): Dr. Jekels.

Gudowa: Dr. Brodzki.

Ciechocinek: Dr. Arnstein, Besiekierski (chir.), Chwat, Ciągliński, Dembicki, Górski, Grudziński, Holc, Jezierski, Konarzewska, Kuk (dent., 3 razy w tygodniu), Lorentowicz, Lubowski, Polikier, Przyrembel, Pyrz, Ruppert, Rydzykowski, Sinołęcki, Steinberg, Tannenbaum, Wychowski.

Darków: Dr. Klimek.

Druskieniki: Dr. Bujakowski, Konwerski, Markiewicz, Sawicki, Zaleski.

Franzensbad: Dr. Moraczewska, Rosner, Steinsberg, Zeitner.

Gastein (Hof): Dr. Jeż.

Gleichenberg: Dr. Bulikowski.

Grado: Dr. Oransz.

Gries koło Bozen: Dr. Nazarkiewicz.

Hall (Bad): Dr. Feuerstein.

Inowrocław: Dr. Krzymiński, Przybyszewski.

Iwonicz: Dr. Berger, Damański, docent Gabryszewski, Lanes, Staniszewski, Stauber, Turzański.

Karlsbad: Dr. docent Biernacki, Goldwasser (okul.), Hassewicz, Kaufmann, Kołaczkowski, Kostecki, Kretowicz, Kropf, Maleszewski, Moraczewski, Scharf, Śliwiński, Süsskind, Wasserthal.

Kissingen: Dr. F. Chłapowski, Maciejewski.

Kołobrzeg: Dr. A. Chłapowski.

Kosów: Dr. Tarnawski.

Krynica: Dr. Aronsohn, Askenazy, Better, Cercha, Dębicki, Ebers, Kmietowicz, Kopf, Lewicki, Lorentski, Mayer. Skórczewski, Tyszecki (dent.), Wąsowicz, Zarzycki, Zathey.

Lubień: Dr. Mikolašek, Obmiński.

Marienbad: Dr. Dobija, Eichhorn, Harajewicz, Kwiatkowski, Liebeskind, Prager, Reinhold, Schermant, Szczepański.

Maryówka: Dr. Zakrzewski.

Meran: Dr. Binder, Knobel (zimą), Żuliński (zimą).

Morszyn: Dr. Hinze.

Nałęczów: Dr. Babski, Dobrucki (raz na tydzień), Gałczyński, Gliński, Makowski, Malewski, Puławski (dyr. zakł.).

Nauhaim: Dr. Jankowski, Łowiński.

Nizza: Dr. Bohdanowicz (zimą).

Odessa: Dr. Jachimowicz.

Oeynhausen: Dr. Janta-Połczyński.

Ojców: Dr. Kozłowski.

Piszczany: Dr. Brand, Teichmann.

Połąga: Dr. Skowroński, Świętochowski (zakładowy).

Pustomyty: Dr. Blaim.

Rabka: Dr. Cholewicz, Kaden, Lang, Supiński (l. zakł.)

Reichenhall: Dr. Goldschmidt, Knobel, Sadowski.
Rymanów: Dr. Bielecki, Dukiet, Regiec, Wajgiel.
Sławuta: Dr. Dobrzycki, Dzierzbicki.
Solec: Dr. Daniewski, Knoff.
Swoszowice: Dr. Bogdanik.
Szczawnica: Dr. Gorski, Hammerschlag, Kołączkowski, prof. Korczyński, Kretz, Kruszyński, Mohr, Singer, Żuliński.
Trenczyn: Dr. Filipkiewicz (lek. zakł,), Münz, Wobr.
Truskawiec: Dr. Krzyżanowski, Mindes, Pelczar, Praschil.
Vichy: Dr. Biernawski.
Wiesbaden: Dr. Błociszewski.
Wisła (Śląsk austr.): Dr. Zanietowski.
Wysowa: Dr. Kraszewski.
Zakopane: Dr. Brzeziński, Chramiec, Chwistek, Czaplicki, Dłuska, Dłuski, Gaik, Gawlik, Łazowski, Majewicz, Sokołowski (dent.), Żychoń.
Żegiestów: Dr. Piotrowski.

Nakładem Polskiego Tow. Balneologicznego. — Drukarnia Związkowa w Krakowie (ulica Mikołajska 13) pod zarządem A. Szyjewskiego.

Drukarnia Związkowa w Krakowie.